



Soufflé de Arroz con Brócoli y Queso Azul

Ingredientes (para 4 personas)

- 1 taza de arroz Diana Premium
- 3 ½ tazas de leche
- 1 bouquet garni (ramillete de hierbas con perejil, laurel y tomillo)
- 1 cucharada de crema de leche
- 1 cucharadita de mostaza
- 3 yemas de huevo
- ¼ de taza de queso azul desmenuzado
- 2/3 de taza de flores de brócoli cocinadas
- 3 cucharadas de miga de pan
- 3 claras de huevo
- Sal y pimienta al gusto



Preparación

1. Precalienta el horno a 350°F (180°C)
2. Calienta la leche en una olla de paredes gruesas a fuego medio.
3. Agrega el arroz Diana Premium, el ramillete de hierbas y sal al gusto. Cocina revolviendo constantemente con una cuchara de madera hasta que el arroz haya absorbido casi todo el líquido, esté tierno y de consistencia pegajosa.
4. Retira el ramillete de hierbas y añade la crema de leche, la mostaza y las yemas de huevo, sin dejar de revolver.
5. Apaga el fuego y agrega el queso azul desmenuzado y la pimienta al gusto.
6. Por último, añade las flores de brócoli teniendo cuidado de no romperlas y deja enfriar la mezcla.
7. Aparte, engrasa ligeramente 4 recipientes refractarios medianos. Espolvorealos con miga de pan evitando excesos.
8. En otro recipiente bate las claras de huevo a punto de nieve e incorpóralas a la mezcla de arroz y queso en tres tandas para evitar que se bajen.
9. Reparte la mezcla en los cuatro moldes y llévalos al horno durante 15 a 20 minutos.
10. Sácalos del horno y sirve de inmediato.

¡Buen Provecho!

Inspírate todos los días.

Encuentra cientos de recetas que tenemos para ti.